पीरियड में अशोकारिष्ट के फायदे

अशोकारिष्ट (Ashokarishta) एक आयुर्वेद टॉनिक है जो महिलाओं के लिए मासिक धर्म (पीरियड्स) से जुड़े परेशानियों मे फायदेमंद है। आयुर्वेद मे स्त्री स्वास्थ्य से जुड़ी जानकारी मे इसका बेहत महत्व है । मार्केट मे आज कल बहुतसी कंपनियों के अशोकारिष्ट सिरप वाले प्रोडक्ट आसानी से उपलब्ध है । हर एक कंपनी इसे अपने हिसाब से फार्मूला बनाकर बेचती है ।

इनमे बैद्यनाथ, डाबर और पतंजलि ब्रांड के बनाए हुए सिरप लोगोंमे पसंद किए जाते है। कंपनी और ब्रांड कोई भी हो लेकिन इसमे मुख्य घटक समान होते है । यह दवाओ का मिश्रण सिरप के स्वरूप मे मेडिकल स्टोर मे उपलब्ध होता है। मेडिकल स्टोर मे अशोकारिष्ट सिरप प्राइस (price) 100 से 200 रुपये तक उपलब्ध होता है । अगर चाहे तो आप इसके मुख्य घटक और उसके प्रमाण की जानकारी हासिल कर खुद भी बना सकते है । लेकिन इसकी एक एक जड़ी बूटी जमा करना थोड़ा मुश्किलों भरा काम है ।

अशोकारिष्ट सिरप मे मौजूद घटक शरीर मे मौजूद हार्मोन्स को संतुलित करते है । हार्मोन्स असंतुलन की वजह से महिलाओ को की परेशानियों का सामना करना पड़ता है , जैसे की मुहासे , फुंसी-फोड़ी , पेरियड्स मे पेट दर्द , अधिक रक्त स्त्राव , चिड़चिड़े पना और कमरदर्द । आयुर्वेदी औषधि होने के वजह से अशोकारिष्ट सिरप पुरुषों के लिए भी फायदेमंद है । सही मात्रा मे इस्तेमाल करने पर अशोकारिष्ट सिरप कई शारीरिक समस्याओ से छुटकारा पाने मे मददगार है । इसमे अशोक, धातकी, मुस्ता, हरीतकी और अमलकी जैसे औषधीय पौधों के मिश्रण के गुण होते है। अशोकारिष्ट सिरप के सेवन करने से महिलाओं में पूरे महीने सक्रियता औय ऊर्जा महसूस होती है ।

पूरा लेख : [पीरियड में अशोकारिष्ट के फायदे और जानकारी]